

UPDATE CORONAVIRUS

www.info-coronavirus.be

Farsi

De regering heeft nieuwe regels gemaakt om het corona-virus te stoppen.
De regels starten op 18 maart en stoppen voorlopig op 5 april.

Om ervoor te zorgen dat zo weinig mogelijk mensen ziek worden,
moet iedereen deze regels volgen.

De politie kan controleren of je de regels volgt.

Je blijft zo veel mogelijk **thuis**.

Je mag alleen naar buiten **als het echt nodig is**. Dat wil zeggen, om

- Naar de dokter te gaan
- Naar de apotheek te gaan
- Naar het postkantoor te gaan
- Naar de bank te gaan
- Om te tanken
- Of om iemand te helpen die het echt nodig heeft, bv om naar het ziekenhuis te gaan.

Je mag naar het werk gaan, als je werkgever ervoor zorgt dat er genoeg ruimte is tussen de collega's. Maar als het kan, wordt er van **thuis gewerkt**.

Alle winkels gaan dicht. **Deze winkels blijven wel open:**

- Voedingswinkels
- Dierenwinkels
- Krantenwinkels
- Supermarkten. In de supermarkt heb je 30 minuten tijd (een half uur dus) om je boodschappen te doen. Het is zeker niet nodig om nu extra veel te kopen. Er is genoeg voor iedereen.
- De nachtwinkel is open tot 10 uur 's avonds.
- Er is geen markt.
- Je kan naar de kapper, maar er mag maar 1 klant tegelijkertijd binnen.

Je mag naar buiten gaan om te wandelen, fietsen, sporten ... Het is belangrijk om te blijven **bewegen**. Je kan op je eentje buiten komen of met de mensen met wie je samenwoont, of met 1 extra andere persoon. Je moet altijd **minstens 1.5 meter afstand** houden. Laat je kind buiten niet spelen met andere kinderen (tenzij met broer of zus).

Je mag **niet in groep** naar buiten.

Je kan **niet op reis** vertrekken.

De regels voor de crèches en de scholen blijven dezelfde. De crèches en scholen voor de kinderen sluiten niet volledig.

Als je een probleem hebt, of je voelt je eenzaam, dan kan je **telefoneren/skypen/whatsappen/...** met vrienden of familie.

Deze regels zijn belangrijk voor de gezondheid van iedereen en gelden voor iedereen.
Dankjewel om ze op te volgen.

دولت مقررات جدیدی را به منظور دفع ویروس کرونا وضع کرده است.
از تاریخ 18 مارس ملزم به رعایت این مقررات هستیم، و تاریخ پایان هم‌اکنون 5 آوریل مقرر شده است.

اگر پیشگیری از گسترش بیشتر این بیماری، باید همه این مقررات را رعایت کنیم.

ممکن است پلیس هم رعایت مقررات را کنترل کند.

از شما خواسته می‌شود هر چه بیشتر در خانه بمانید.

فقط زمانی اجازه دارید از خانه بیرون بروید که واقعاً نیاز باشد. یعنی در این موارد:

- برای مراجعه به دکتر
- برای مراجعه به داروخانه
- برای مراجعه به دفتر پست
- برای مراجعه به بانک
- برای سوختگیری
- و یا برای کمک به شخصی که واقعاً نیاز به کمک دارد، مثلاً برای رفتن یا بردن کسی به بیمارستان.

اگر کارفرما در محل کارتان شرایطی فراهم کرده که کارکنان با رعایت فاصله‌ی کافی می‌توانند کار کنند، شما اجازه دارید سر کار هم بروید. اما توصیه می‌شود در صورت امکان کارتان را از خانه انجام دهید.

تمامی مغازه‌های تعطیل می‌شوند. البته این مغازه‌ها باز می‌مانند:

- مغازه‌های خوراکی‌فروشی
- فروشگاه‌های غذای حیوانات
- روزنامه‌فروشی‌ها
- سوپرمارکت‌ها در سوپرمارکت 30 دقیقه (یعنی نیم ساعت) وقت برای خرید دارید. اصلاً نیازی نیست تا در شرایط فعلی بیش از حد لازم خرید کنید. همه‌چیز به اندازه‌ی کافی و برای همه وجود دارد.
- مغازه‌های شبانه (nachtwinkels) تا 10 شب باز هستند.
- بازارها تعطیل هستند.
- شما به آرایشگاه هم می‌توانید مراجعه کنید، اما در عین زمان بودن بیش از 1 نفر در آرایشگاه ممنوع است.

برای قدم زدن، دوچرخه‌سواری، ورزش کردن و غیره می‌توانید از خانه خارج شوید. مهم است که همچنان تحرک داشته باشید. شما می‌توانید تنها و یا با یکی از افرادی که با شما هم‌خانه است به بیرون بروید، اما بیش از 1 نفر اجازه نیست با شما باشد. همیشه باید حداقل 1.5 متر فاصله با دیگران را رعایت کنید. نگذارید فرزندتان با کودکان دیگر در بیرون بازی کند (مگر با خواهر یا برادر خودش).

اجازه نیست که به صورت گروهی در بیرون باشید.

اجازه نیست که به مسافرت بروید.

این مقررات شامل حال مهدکودک‌ها و مدارس نیز می‌شوند. مهدکودک‌ها و مدارس کاملاً تعطیل نمی‌شوند.

اگر دچار مشکلی شدید، و یا احساس تنهایی کردید، آن وقت می‌توانید با دوستان یا اعضای فامیل از طریق تلفن، اسکایپ، واتس‌آپ و غیره تماس بگیرید.

این مقررات برای سلامتی همگان از اهمیت ویژه‌ای برخوردارند، و شامل حال همگان نیز می‌شوند.
ممنون از این که مقررات را رعایت می‌کنید.

